



やすらぎ

Vol.20
平成22年

[目次]

P1…クローズアップ[泌尿器科]

P2…呼吸器内科[呼吸器の病気と喫煙]

P3…「患者さんは、トイレの後、食事の前の～」、「登録医名簿」

P4…「栄養課便り」、「健康講座」



泌尿器科スタッフ…左上より山田医師、矢野医師。左下より伊藤部長、平原医師。

泌尿器科

部長 伊藤 吉二

診療科
クローズアップ

泌尿器科

尿器科で扱う領域には尿路と言わ
れる腎臓、尿管、膀胱、尿道と、男性
生殖器である前立腺、精巣、精巣上体な
どと、後腹膜臓器（腹膜の後方にある臓
器）である副腎があります。取り扱う病
気としては腎がん、腎盂がん、尿管がん、
膀胱がん、前立腺がん、陰茎がん、精巣腫
瘍などの悪性腫瘍や尿路結石、前立腺肥
大症、過活動膀胱(OAB)、腎盂炎、膀胱

炎といった良性疾患があります。当科で
は泌尿器科全般の疾患を扱っています
が、膀胱がん、前立腺がん、腎がん、腎孟
がんなどのがんの割合が高いのが
特徴です。

膀胱がんは肉眼的血尿や、検診・ドッ
クでの尿潜血で見つかることが多いで
す。治療は経尿道的な内視鏡手術が9割
以上であり、内視鏡手術で治療できない
症例では、膀胱全摘術、抗癌剤による化
学療法、放射線療法などが行われます。
膀胱全摘術の場合は尿路変更が必要で
すが、病期や年齢を考慮し、回腸導管、尿
管皮膚瘻、回腸利用新膀胱のいずれかを
選択しています。症例によつては動
注療法や放射線療法で膀胱温存を試
みたり、膀胱内注入療法(BCGや抗
癌剤)で再発予防を行つています。

前立腺がんは近年増加傾向にあ
りますが、当科でも男性では一番多
い癌です。腫瘍マーカーであるPS
Aが高値であつたり、排尿困難で受
診されて見つかります。手術療法、
放射線療法、ホルモン療法が代表的
な治療ですが、抗癌剤による治療、
また無治療経過観察といった方法
もあります。これらの治療法以外に
も新しい治療法がいろいろ出現し
ており(HIFU、粒子線治療な
ど)、治療法の選択肢は多彩です。前
立腺がんの病期、年齢、患者さん
ご希望などを考慮し治療法を選

択しています。

腎がんは検診やドックの超音波や他
科の検査(CTや超音波)で偶然見つか
るケースが多く、治療は手術が基本とな
ります。最近では可能な症例では腫瘍の
みをとる腎部分切除術を行い、腎機能を
温存しています。大きくない腫瘍に対し
ては腹腔鏡下に腎摘除術や腎部分切
除をおこなっています。腎がんは放射線
治療や従来の抗癌剤による化学療法が
あまり効かず、免疫療法(インターフエ
ロン、IL-2)が補助療法として行われ
てきましたが、ここ2、3年で新しい治
療薬である分子標的治療薬が出現し生
存率の向上が期待されています。

これらのがんについては予防(禁煙な
ど)ももちろん大切ですが、早期発見、早
期治療が大事です。早期であれば根治も
可能です。検診やドック(50歳以上の男性
ではPSAも含めて)を受診し、異常があ
ればきちんと病院を受診しましょう。
当科では、エビデンスに基づいた最新
の標準的治療を提供することを目標に
努力しています。



伊藤部長



(呼吸器の病気と喫煙)

呼吸器内科 部長 原 洋

先日の朝、喘息のA氏が出勤のため自宅からタクシーに乗ったところ、車内にタバコの臭いが充満し、途端に咳が出て喘息発作になり、そのまま病院受診へ。また別のB氏は、退院し職場復帰直後に喘息発作で緊急入院。事情を尋ねると、「会社で会議中に出席者の1人がタバコを吸い、その煙で喘息発作になった」と。このように喫煙者だけでなく、その周りに居る人にも健康被害を起こすのが喫煙です。

夫が喫煙する妻は、妻自身がタバコを吸わなくても、夫が非喫煙者の妻に比べ、肺がんで死ぬ可能性が約2倍に増えるという。当然喫煙者自身は、喫煙本数が多いほど、また喫煙開始年齢が若いほど、肺がん死は増えます。非喫煙者の肺がん死を1.0とすると、時々吸うだけで1.8倍に増え、1日20～29本なら4.9倍、また19歳以下で吸い始めると5.7倍です。

現在、肺がん死は年間約7万人余りで年々増えています。

長年の喫煙で肺機能が低下します。健康な非喫煙者でも、最大に息を吸って最初の1秒間に一気に呼息した呼気量(1秒量)は、20歳頃をピークに年齢と共に毎年約30mlづつ減ります。ところが喫煙者の約15%の人はタバコに弱い体質で、毎年約60～150mlづつ大きく減少し、喫煙を続けると会社を停年になる頃に息切れで困り、肺機能の低下による死が近づきます。

COPD(慢性閉塞性肺疾患)の患者さんが、日本に約530万人おられます。徐々に発病するため大部分の人は病気が重くなるまで気付きません。例えば、京都市内の診療所での調査では、喫煙歴のある高血圧症患者さんの4人に1人がCOPDと判明、その大部分の人がそれを知らなかったのです。自覚症状がなくとも「喫煙歴のある40歳以上の



人」は、是非、肺機能検査で、この予防可能な病気を早く発見し、禁煙で病気のない老後にして下さい。

タバコ消費が増えると、約20～30年遅れで肺がん死やCOPD死が増えます。今年10月にやっとタバコが少し値上げされました。欧米では2008年に既に1箱1000円前後でした。値段が上ると若い人の喫煙率が下がります。日本の将来を考えると、私どもはまだ喫煙に甘いと言えます。**y**

健康被害を起こすのが喫煙です。

耐

患者さん、ご家族、ご面会の方も手洗いや手指の消毒にご協力をお願いします。
病室に入退室時には、備え付けのアルコール消毒液で手指消毒をお願い致します。

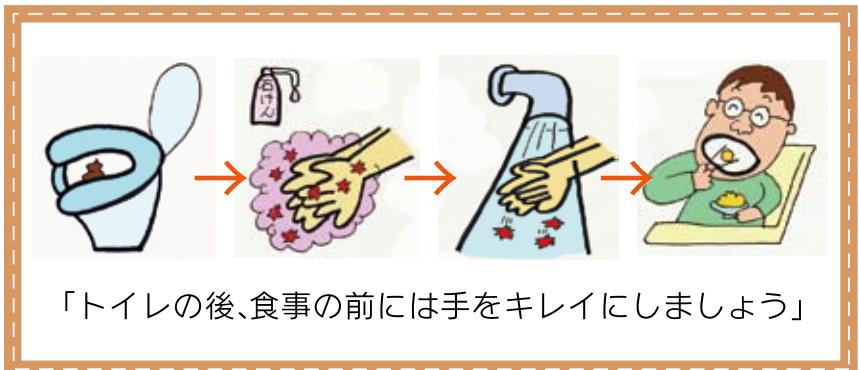
耐性菌は多数ありますが、病院でうつる危険性のある耐性菌として有名な菌にM R S Aがあります。M R S Aとは「メチシリン耐性黄色ブドウ球菌」の略称で、多くの抗生物質が効きませんが、通常の黄色ブドウ球菌に比べて病原性が強いわけではなく、健康な人でも数%が鼻腔炎や傷口からの感染などを起こすことがあります。しかし、抵抗力の落ちている患者さんは、ときに肺炎や傷口からの感染などを起こすことがあります。したがって、抵抗力の数種類の耐性菌を常に監視して、耐性菌が広がらないように努めて

院の出来事で報道された多剤耐性アントバクターも耐性菌の一つですが、京都府ではこの耐性菌はまだ検出されていません。

患者さんは、トイレの後、食事の前の『手洗い』が特に大切です。

—— 感染制御部 下間 正隆

いります。外来や入院患者さんから提出された検体は、A棟地下1階にある細菌検査室で優秀なスタッフ一同が手際よく検査して、その細菌情報を主治医に報告するとともに、病院全體としても把握しています。患者さん自身にできる対策は『手洗い』です。特に入院中に重要なのは、トイレの後、食事の前に良く手を洗うことです。耐性菌は目に見えないので、『常にきれいな手』を心がけていただけますようにお願いします。



◎登録医名簿

* 平成 22 年 3 月 1 日以降に当院の登録医になっていただいた先生方です。

(平成 22 年 10 月 31 日現在)

	医療機関名	登録医名	住所	往診	診療科
北区	整形外科鈴木医院	鈴木 雅清	北・大宮西小野堀町5	<input type="radio"/>	整・リウ・リハ
	三浦整形外科医院	三浦 宏之	北・紫竹下/岸町7-3	<input type="radio"/>	整
	ヤマソワ内科	山畠 道彦	北・紫野西蓮台野町47-2	<input type="radio"/>	内
左京区	嶋田外科医院	渡邊 充子	左・一乗寺燈籠本町27	<input type="radio"/>	内・外・皮
	岡村医院	岡村 芳郎	左・鹿ヶ谷上宮ノ前町19-1	<input type="radio"/>	内・婦
	ひらたけこどもクリニック	平竹 晋也	左・一乗寺地蔵本町21-1森マンションV1F		児・児精神
右京区	嶋村医院	嶋村 俊一	左・田中西樋ノ口町78	<input type="radio"/>	内・リ・整外・性病・リハ・皮
	高田クリニック	高田 仁	左・下鴨北野々神町34ミネ北山1F		腎・泌
	小室整形外科医院	小室 光	右・嵯峨野開町21		整・リハ・皮・リウ
上京区	小室整形外科医院	小室 元	右・嵯峨野開町21		整・リハ・皮・リウ
	矢間酒井診療所	矢間 博善	右・嵯峨天龍寺龍門町18-1	<input type="radio"/>	内・外・児・整
	松木皮膚科クリニック	松木 正人	右・梅津上田町51-1	<input type="radio"/>	皮・形
下京区	中原ひろし小児科	中原 宏	右・西院追分町25-1イオンモール京都ハナ3Fメディカルプラザ京都		児・アレ
	宮下医院	宮下 義郎	右京区花園敷ノ下町13	<input type="radio"/>	整・外・内
	草田眼科医院	草田 英嗣	上・上御靈中町453-2		眼
南区	柳診療所	柳 堅徳	下・東塩小路町579-1山崎ビル5F	<input type="radio"/>	内・外・循内・消内・リウ
	木谷内科医院	木谷 輝夫	下・室町通綾小路下ル白楽天町507下川ビル1F		内・循内
	アサコ診療所	朝子 理	南・東九条烏丸町42メディナ烏丸1F	<input type="radio"/>	外・麻・リハ
伏見区	木谷医院	木谷 恵子	伏・深草芳永町666-27		内・児
	カミタニ歯科医院	神谷 光治	北・衣笠総門町33-13	<input type="radio"/>	歯口腔外・小児歯
歯科	吉岡歯科医院	吉岡 孝	中・壬生東大竹町37		歯科

献立レシピ (4人分)



料理のポイント//

エビピラフ

- ◎米 3合は洗ってざるにあげておく。
- ◎水 620ccに、コンソメ 3個を溶かしておく。
- ◎玉葱 1/4 個はみじん切り。エビ 100gは解凍しておくる。
- ◎フライパンにバターオーク杯をいれ、玉葱を透き通るまでよく炒める。そこにエビを加え、さっと炒める。
- ◎炊飯器に米、コンソメを溶いた水、炒めた玉葱・エビ、グリンピース 20gをいれ炊く。(水加減は調節してください。エビはお好みで増やしてください。)



季節の行事献立
を紹介します。

栄養課便り

山下弘子
管理栄養士

献立	材料名	分量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	食塩相当量 (g)
エビピラフ	白米 コンソメ 冷凍無頭エビ 玉葱 グリンピース バター	110 4 20 10 5 5	475	12	1.7
ローストチキン添え	鶏肉 骨付き 塩 胡椒 小かぶら 人参 チキンコンソメ	1本 1 少々 50 30 0.5	245	18.7	1.3
サラダ	キャベツ 紫玉葱 フレンチドレッシング	40 15 10	49	0.6	0.3
パンプキンスープ	パンプキンスープの素 水 牛乳 クルトン パセリ	10 100 12 少々 少々	60	1.8	0.7
果物	苺	30	10	0.3	
合計			839	33.4	4

左
右
伊佐調理師
山下管理栄養士



12月と言えばクリスマス。当院でも入院中の患者様に少しでもクリスマス気分を味わつて頂こようと、クリスマスマニュアルをお出ししています。主菜には鶏肉（骨付き）をローストチキンにし、小かぶらと人参をコンソメで味付けしたものを添えます。副菜にはシンプルなキャベツのサラダとスープを組み合わせています。今回は主食には「エビピラフ」を加え、豪華なメニューをご紹介します。y

(information)

健康講座 第 122・123・124 回

当院では地域の皆様方の健康を願い、日常ありがちな病気についてのご理解を深めていただき、日常生活に役立て病気の予防に努めていただくことを目的とした健康講座を開催しています。

平成 22 年 12 月～平成 23 年 2 月の開催日・テーマ・講師をご案内いたします。皆様方のご参加をお待ち申し上げております。

122回
12/24
(金)

- 「骨粗鬆症の話」 整形外科 奥田 良樹
- 「転倒・骨折の予防」 リハビリテーション課 理学療法士 岩倉 道憲
- 「カルシウムを摂る食事」 栄養課 管理栄養士 久保田 英嗣

123回
1/28
(金)

- 「花粉症の話」 耳鼻咽喉科 出島 健司
- 「乾燥肌のスキンケアについて」 皮膚科 曽我 富士子

124回
2/25
(金)

- 「災害時高齢者支援講習」 赤十字健康生活支援講習指導員
- 看護学校 副島 和美

*但し、テーマ・講師が変更になる場合はご容赦下さい。

◎ 時間：午後 2 時～ 4 時(12 月～2 月 共) ◎ 場所：当院 C 棟北 6 階会議室 ◎ 受講料：無料

◎ 申込み方法：どなたでも聴講可能ですのでご自由にご参加ください。

◎ お問い合わせ：医療社会事業部 社会課(C 棟北 1 階) ◎ TEL : 075-231-5171 (内線 8195)